



## Los opioides y los hijos

Los niños y jóvenes que toman medicamentos opioides para el dolor que no les han sido recetados, aunque sea una sola vez, pueden sufrir enfermedades graves, lesiones, o la muerte.

Millones de niños y jóvenes en los EE. UU. se ven afectados por el consumo de opioides y los problemas que lo acompañan. En las últimas dos décadas, las muertes relacionadas con los opioides en los Estados Unidos—incluyendo las de los niños—se han cuadruplicado, con más de 400.000 víctimas mortales por sobredosis u otros comportamientos relacionados con el abuso de sustancias. Solo desde 2015, ha habido un 28% más de muertes relacionadas con los opioides en todo el país.

Cada 25 minutos nace un bebé que sufre de abstinencia de opioides, lo que puede dar lugar a un menor peso al nacer, problemas respiratorios, dificultades para alimentarse, convulsiones, estancias más prolongadas en el hospital y la muerte.

El consumo indebido de opioides sigue afectando en gran medida a los adolescentes y adultos jóvenes de los Estados Unidos. Alrededor de 200.000 niños menores de 18 años ingresan en emergencias cada año por reacciones adversas a los medicamentos. Tomar medicamentos para el dolor con receta puede tener consecuencias graves, entre ellas:

- Reacciones alérgicas
- Problemas respiratorios
- Coma
- Daños cerebrales permanentes
- La muerte

Es importante que los padres y tutores hablen con los niños sobre los peligros de tomar analgésicos recetados que no les pertenecen.

Los niños deben comprender que es ilegal y extremadamente inseguro tomar la medicación recetada a otra persona, incluso si la droga fue recetada a un amigo o familiar.

Los profesionales médicos prescriben dosis basadas en el tamaño y la edad del individuo, y tomar una dosis equivocada puede ser mortal.

Los padres también deben explicar a sus hijos que la adicción es una enfermedad, y el mal uso de los medicamentos puede tener consecuencias importantes que cambian la vida.

Más de 2 millones de personas en los EE. UU. sufren de un trastorno por consumo de opioides. El consumo prolongado de opioides de venta con receta, o su uso incorrecto, puede hacer que el cerebro se vuelva dependiente de la droga, lo que da lugar a la adicción.

La pauta de prescripción de opioides de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) para el dolor crónico establece que hay pruebas limitadas que apoyen su uso para niños y adolescentes, y que esta población no se encuentra dentro del alcance de las pautas de prescripción.

Si su médico le receta un medicamento opioide a su hijo, asegúrese de preguntarle sobre los riesgos de los analgésicos recetados y la posibilidad de alternativas no opioides.

## Hable con sus hijos sobre los opioides

Las investigaciones han demostrado que uno de los factores más importantes cuando un niño está creciendo es una relación fuerte y abierta con uno de sus padres. Aunque no lo parezca, los niños realmente escuchan las preocupaciones de sus padres, y es importante conversar con ellos sobre los riesgos del consumo de los medicamentos para el dolor.

Los opioides son un grupo de drogas que abarca medicamentos de prescripción y drogas ilegales como la heroína. Los analgésicos más comunes que han ocasionado sobredosis de opioides con receta médica comprenden drogas como la oxicodona, la hidrocodona, la codeína, y la morfina.

Muchos opioides que se comercializan no son apropiados para la población pediátrica. Por ejemplo, la Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos sacó a la luz una advertencia de caja negra para la codeína y el tramadol en niños menores de 12 años y de uso limitado en jóvenes de 12 a 18 años, ya que ocasionan dificultades para respirar y la muerte.

El consumo de la oximorfona no se recomienda habitualmente a los pacientes pediátricos, ya que lleva una advertencia de caja negra sobre depresión respiratoria y otras advertencias de alto riesgo de adicción, abuso, uso indebido, sobredosis, y muerte.

También existen otras inquietudes por el consumo de opioides con fines no médicos, como una fuerte asociación con la iniciación a la heroína.

Después de la marihuana y el alcohol, los medicamentos de venta con receta son las sustancias de las que más comúnmente abusan los estadounidenses de 14 años o más.

El consumo indebido de medicamentos de venta con receta puede abarcar el tomar el medicamento de otra persona, tomar un medicamento de forma no prescrita, tomar un medicamento para drogarse y/o mezclar el medicamento con otras sustancias.

A continuación se ofrecen algunos consejos sobre cómo hablar con su hijo sobre los peligros del abuso de medicamentos con receta:

- Empiece por hacerle saber a su hijo que usted siempre está ahí para él
- Pase tiempo con su hijo para demostrarle que se preocupa por su salud, bienestar y éxito
- Elija momentos informales para mantener conversaciones, como en el coche o durante la cena
- Entable muchas conversaciones cortas y refuerce continuamente los mensajes de no consumo/abuso
- Esté atento a las pistas que indiquen que su hijo está abierto a hablar de temas importantes, lo que incluye preguntas, opiniones, y reacciones
- Cuando sea el momento adecuado, indique claramente sus expectativas en relación con el consumo de drogas
- Cree reglas familiares, como expectativas al salir con amigos
- Continúe hablando con sus hijos a medida que crecen

### **Plan de salida**

Ayude a sus hijos a crear un "plan de salida" para cuando se les ofrezcan analgésicos de prescripción que no sean suyos.

La presión de los compañeros puede ser muy poderosa entre los jóvenes; el hecho de tener un plan para evitar el consumo de drogas puede ayudar a los niños a tomar decisiones inteligentes.

Hable con sus hijos sobre lo que harían si se enfrentaran a una decisión sobre drogas, como enviar un mensaje de texto con una palabra clave a un miembro de la familia. Asegúrese de practicar el plan de salida en un ambiente seguro.